



みなと子育て応援プラザPokke
港区芝5-18-1-102
03-6435-0411
<https://minato-pokke.com/>



暑い季節になりました。夏が近くなると気になるのは、こどもを連れて歩く時のこと。アスファルトからの照り返しの熱は、大人が感じる以上です。体温調節機能や汗腺が未熟な乳幼児は、体温がすぐに変化します。また乳幼児は、体調の変化を言葉で伝えることが難しいので、夏の外出時はこまめに涼しい場所で休み水分補給をしましょう。顔が赤くなる、触るととても熱い、汗をかかなくなるは危険なサインであることが多いのでこまめに身体をさわるなど注意してよく見てあげてください。水分補給に子ども用のイオン飲料を利用することも良いでしょう。通気性の良い服や熱を逃がす方法を工夫して楽しい夏を過ごしましょう。

看護師 坂井



利用者さんより ~嬉しいメッセージを頂きました~
いつもいつもありがとうございます、という気持ちでいっぱいです。感謝しきれないです。そして今日のカフェもとてもおいしくて、おいしいっていやしですよね。ありがとうございます。いつもおいしいです。
記入日6月4日



Café からのお知らせ

Pokkeカフェ

7/11(木)・25(木)
毎月第2・第4木曜(祝日除く)

*しばらくの間、ランチは月2回とさせていただきます。

ランチ
*ランチ 600円 15食
*保育の給食と同じメニュー
*当日10:00~受付でチケット販売

カフェ
毎週木曜(祝日・第5週を除く)
*おやつ 14:30~15:30
*つきの部屋で販売

コミュニティカフェ

7/2(火)・9(火)・16(火)
第1・2・3火曜
12:00~16:00(15:30ラストオーダー)

- 軽食・パン・デザートなど 150円~
- ジュース100円・コーヒー200円など
- 地域の皆さんも利用できるカフェ
- お弁当のお持ち込みも可能

よるの Cafe

今回は **8/2(金)** です。 **予約制**

- 電話予約可能(ご予約期間:7/2(火)~7/31(水))
- 当日17:45~入館・チケット販売 18:00~食事提供
- 8/1(木)の12:00以降のキャンセルは、キャンセル料がかかります
- おとな600円 こども200円 (主食・主菜のみ)

☆場所: つきの部屋 (ひろばは、ご利用いただけません)

☆メニュー、詳細はカフェ通信をご覧ください



おかげさまでPokkeは11周年を迎えます
9/7(土)アニバーサリー
~新たな未来への船出~ を開催します
時間: 午前10:30~16:30
場所: みなと子育て応援プラザPokke
ステージ・ブース・親子手づくりおもちゃ・バザー・ランチ・カフェなど盛りだくさん!
ご家族みなさんでぜひお越しください



ひろば開放 Pokke会員以外の方もご来館いただけます。小学生のお子さんも第1・3日曜・祝日 保護者の方と一緒にどうぞ♪

健康体操 高齢者の方と一緒に歌ったり、身体を動かしたりおしゃべりをして楽しいひとときを過ごしませんか♪どなたでもご参加いただけます!

計測 保健師相談日 保健師さんが月に1度の計測日午前中にPokkeに来館。成長・発達・食事など日頃気になることをご相談できます 当日午後13:30~14:30は計測のみ
7/17(水) 10:30~11:30

お誕生日会 7/26(金) 7月生まれのお子さんのお祝いです 11:00~計測・手形 計測や、お誕生日カードに手形を 11:30~お誕生日会 ペット♪是非ご予約ください

相談

面談・電話・訪問などみなさんの状況に応じ対応致します お気軽にお問い合わせください

育児相談: 毎週金曜 無料(予約制)

育児相談は金曜の相談日以外でも受付しています

電話相談: 毎週金曜(祝日休み) 9:30~12:00

Tel:03-6809-3313

対応内容は、より良い支援の為に会話を録音させていただきます ご了承下さい

訪問相談: 毎週水曜(祝日休み) 10:00~12:00(内1時間)

Tel:03-6809-3313

来館ができない方対象。ご自宅に訪問し、子育ての相談に応じます 料金: 1,500円(交通費+技術料)

お休み

子育てひろば 第2・4・5日曜・第4火曜・年末年始

7/14(日)・23(火)・28(日)

乳幼児一時あずかり 第4火曜・年末年始

7/23(火)

トワイライトステイ 年末年始

今月無休

ショートステイ

年中無休



子育てひろば 7月のスケジュール



	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
午前			健康体操			かんがるーくらぶ 育児相談 (電話相談は午前のみ)	
午後				幼児ひろば		セタ集会(げんきタイム)	
	7	8	9	10	11	12	13
午前	ひろば開放	①かずこさんの おりがみ講座	支援者養成講座 修了式	③甚平作り(1日目)	③甚平作り(2日目)	かんがるーくらぶ 育児相談 (電話相談は午前のみ)	④父親講座
午後			②わくわくワークショップ	幼児ひろば			
	14	15(祝)	16	17	18	19	20
午前	休	ひろば開放	健康体操	計測の日		お昼寝コーナー 育児相談 (電話相談は午前のみ)	
午後			⑤おひさまサロン	幼児ひろば			
	21	22	23	24	25	26	27
午前	ひろば開放	⑥マタニティヨガ	ひろば 一時あすかり 休	幼児ひろば		お誕生日会 育児相談 (電話相談は午前のみ)	
午後							
午前	休	29	30	31	お昼寝コーナー 7/19(金) 9:30~16:00 つきの部屋の一角に畳のスペースを 設けます ゴロゴロしたり、お昼寝したり、 くつろぎの時間をお過ごしください		
午後			幼児ひろば				

講座のご案内

・講座は申込みが必要です。 ・講座申込みには事前に会員登録が必要です。
 ・講座をキャンセルする場合、返金はできませんのでご了承ください。

来館にて予約 電話で予約

① かずこさんのおりがみ講座「金魚」
7/8(月) 10:30~11:30/13:30~14:30

【対象】 Pokke会員の保護者・地域会員の方
 【定員】 午前・午後各4組ずつ 【参加費】 300円
 【講師名】 Pokkeスタッフ 【持ち物】 なし
 かずこさん 【申込み】 6/24(月) 9:30~
 【場所】 つきの部屋

③ 甚平づくり(6カ月~1歳半頃のお子さん用)
7/10(水)・11(木) 10:00~14:00

【対象】 Pokke会員の保護者・地域会員の方(2日間とも参加できる方)
 【定員】 3名 【参加費】 無料
 【講師名】 三笠 美穂さん 【持ち物】 手ぬぐい3枚
 【場所】 ミーティングルーム 【申込み】 受付中

② わくわくワークショップ「えのぐであそぼう」
7/9(火) 13:30~14:30

作った作品は、9月7日(土)のアニバーサリーで展示します
 【対象】 2歳以上のお子さん(母子分離での活動となります)
 ※保護者の方は館内でお待ち頂きます
 【定員】 4名 【参加費】 無料
 【講師名】 岡部 彩さん 【持ち物】 汚れてもいい服装
 【場所】 テラス 【申込み】 6/20(木) 9:30~
 ※たくさんの方に経験して頂きたいため、
 初めての方を優先させていただきます。ご理解ご協力をお願い致します。

④ 父親講座(木工~だるま落としを作ろう~)

7/13(土) 10:00~12:00

【対象】 Pokke会員のお父さん 【参加費】 500円
 【定員】 3組 【持ち物】 汗を拭くタオル
 【講師名】 Pokkeスタッフ 汚れてもいい服装
 【場所】 テラス 【申込み】 受付中

⑤ おひさまサロン

7/16(火) 14:00~14:30

手遊び・わらべうた・読み聞かせ
 お母さん同士、日々の喜びや悩みを一緒に語り合いませんか
 【対象】 Pokke会員の保護者(お子さんの年齢問わず)
 【定員】 10名 【参加費】 無料
 【講師名】 Pokkeスタッフ 【持ち物】 なし
 【場所】 ひろば 【申込み】 当日15分前より先着順

⑥ マタニティヨガ

7/22(月) 10:00~11:30

【対象】 これから出産される方(16週~) 【参加費】 無料
 【定員】 8名 【持ち物】 動きやすい服装
 【講師名】 Pokkeスタッフ バスタオル・水分(からだを
 【場所】 つきの部屋 レッグウォーマー等も
 お持ちください)
 【申込み】 受付中

セタ集会 7/5(金) 11:45/16:00(げんきタイムにて)

毎年恒例のセタパネルシアターを行ないます。
 セタの由来をパネルシアターで一緒に楽しみましょう

短冊に願いをこめて...

セタのお願いごとを親子で短冊に書いてみませんか?
 お預かりした短冊は、入口の笹に飾らせて頂きます

げんきタイム

毎日11:45~12:00/16:00~16:15 開催
 皆でひろばに集まり一緒に手遊びしたり踊りましょう♪

読み聞かせ 毎週木曜日

木曜日はいつものげんきタイムの中で、大きな絵本・紙芝居・スタッフおすすめ絵本の読み聞かせがあります